



LIGUE TAEKWONDO OCCITANIE
Mairie de Fonbeauzard
Place Simon Montariol
31140 Fonbeauzard
+ 33 6 85 22 81 29 / vipaulhuoyungkai@free.fr



Le critérium régional Poomsae sera organisé par la Ligue Taekwondo Occitanie le dimanche 25 Janvier 2026 au Gymnase Henri Matisse à Saint Sulpice La Pointe.

CRITERIUM REGIONAL POOMSAE

Benjamins – Minimes – Cadets
Juniors – Seniors – Masters

(Masculins et Féminins)

DIMANCHE 25 JANVIER 2026

GYMNASE HENRI MATISSE
219, rue Henri Dunant
81370 Saint Sulpice La Pointe

Classe	Homme	Femme
BENJAMIN		
MINIME		
CADET		
JUNIOR		
SENIOR		
MASTER		

Informations et inscriptions : www.ligue-tkd-occitanie.com

La participation est soumise à l'obtention d'un certificat médical délivré par un professionnel de santé dans les 6 mois précédant la date de l'événement.

◆ DATE ET LIEU

Dimanche 25 janvier 2026, à partir de 14h00, au Gymnase Henri Matisse (219, rue Henri Dunant, 81370 Saint Sulpice La Pointe).

◆ CONDITION D'ACCES ET DE PARTICIPATION

❖ **Affiliation :** Chaque club devra s'être acquitté de l'affiliation fédérale 2025-2026.

❖ **Passeport sportif :** Le compétiteur devra présenter son **passeport sportif à jour et en règle** : licence, certificat médical et autorisation parentale pour les Mineurs de la saison en cours.

❖ **Catégories d'âges:**

Benjamins	: 8 et 9 ans, nés en 2018-2017
Minimes	: 10 et 11 ans, nés en 2016-2015
Cadets	: 12 à 14 ans, nés en 2014 à 2012
Juniors	: 15 à 17 ans, nés en 2011 à 2009
Seniors	: 18 à 40 ans, nés en 2008 à 1986
Masters	: + de 41 ans, nés en 1985 et avant

◆ REGLEMENT DE LA COMPETITION TECHNIQUE

- Tout compétiteur inscrit au Championnat ne peut pas s'inscrire au Critérium.

◆ Deux types de Class

- Tout compétiteur inscrit participe à **une seule Class** en fonction de son grade (Class Keup / Class Dan).
 - Class Keup : De ceinture blanche à rouge (et connaître à minima Poomsae T1 et T2).
 - Class Dan : A partir de ceinture noire 1^{er} Dan FFTDA.

◆ Poomsae

- Lors de l'inscription, le compétiteur **coche une seule case**, correspondant aux 2 Poomsae sur lesquels il souhaite participer. Obligation de connaître les 2 Poomsae sur lesquels il s'engage. A minima, il faut connaître les Poomsae T1 et T2.
- Class keup : T1-T2 / T2-T3 / T3-T4 / T4-T5 / T5-T6 / T6-T7 / T7-T8
- Class Dan : T8-P1 / P1-P2

POOMSAE	DESIGNATION
Il Jang	T1
Yi Jang	T2
Sam Jang	T3
Sa Jang	T4
Oh Jang	T5
Youk Jang	T6
Tchil Jang	T7
Pal Jang	T8
Koryo	P1
Keumkang	P2

◆ Jugement au drapeau

- 2 compétiteurs s'affrontent en confrontation directe simultanée sur le même Poomsae.
- A la fin de l'exécution, les 3 juges lèvent simultanément le drapeau signalant le vainqueur.

◆ Système par poule

- La compétition se déroulera en **système de poule**.
- Les poules seront constituées par l'organisation en fonction des Poomsae choisis.
- Dans une même poule, le genre et les catégories d'âge pourront être mélangés.
- Si une personne se retrouvait seule dans les Poomsae choisis, l'organisation se réserve le droit de l'intégrer dans une poule sur les Poomsae inférieurs et en informera l'intéressé.

◆ Déroulement

- Le compétiteur affronte chaque personne de sa poule sur le Poomsae 1. Puis, il affronte de nouveau chaque personne de sa poule sur le Poomsae 2.
- Le classement au sein de la poule se fera au nombre de victoire de duels sur les 2 Poomsae.
- En cas d'égalité :
 - 1^{ère} étape : La personne totalisant le plus de drapeaux levés sera la mieux classée.
 - 2^{ème} étape : Ce sera le vainqueur du duel entre les 2 personnes concernées par l'égalité qui sera la mieux classé.
 - 3^{ème} étape : Un nouveau duel opposant les concernés sera organisé sur un Poomsae tiré au sort parmi ceux cochés.

(Exemple : Dans une poule de 4 personnes, un compétiteur fera 3 duels sur le Poomsae 1, puis 3 duels sur le Poomsae 2. Le résultat sera établi par rapport aux résultats des 6 duels réalisés).

◆ INSCRIPTIONS

- ❖ Les clubs renverront le fichier d'inscription complété, au format excel, par mail à vipaulhuoyungkai@free.fr avant le lundi 12 janvier 2026 dernier délai.
- ❖ Chaque club devra fournir obligatoirement un bénévole minimum (âgé de 16 ans et plus) qui pourra assurer des fonctions de juges ou aider à l'organisation générale.
- ❖ Les clubs enverront le **chèque (à l'ordre de LTO)** **par courrier à la Ligue Taekwondo Occitanie**, accompagné du bordereau de versement complété, avant le lundi 12 janvier 2026 (Un seul chèque par club). Le bordereau d'inscription se trouve dans le dernier onglet du fichier d'inscription.

**AUCUNE INSCRIPTION NE SERA ACCEPTEE
APRES CETTE DATE ET SANS LE VERSEMENT DES DROITS D'ENGAGEMENT**

Adresse de la ligue : **Ligue Taekwondo Occitanie**
Mairie de Fonbeauzard
Place Simon Montariol
31140 Fonbeauzard

- ❖ Le droit d'engagement est de **20€ par compétiteur**.

◆ ACCREDITATIONS

Les accréditations se feront le **dimanche 25 janvier 2026 de 10h00 à 11h00**.

La compétition débutera à **14h00** (Horaire prévisionnel, sous réserve de modification par l'organisateur).

Une buvette sera sur place.

ENTREE GRATUITE

ENTREE GRATUITE